



Утверждено
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 /Кортоножко Е.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блока		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Ж	У	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2															
Завтрак																
7071/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	10	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58		
295/332/2017м	Блиночки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	30	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5		
332/2017м	соус сметанный с луком и помидором	3	20	20	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00		
203/2017м	макаронные отварные с маслом	15	150,0	180,0	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00		
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	1,5	1,5	60	60	0,3	0,3		
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	2,31	3,83	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	50	19,35	22,47	18,66	20,43	82,03	100,54	553,35	656,45	20,55	26,38		
	Итого	88,01	660,0	750,0	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%		500	550												

Вариант 6



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2		7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Обед																
7071/2017м	овощи по сезону (бурак свежий, соевый)	11	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083		
88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	200/10	250/10	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50		
246/2017м	суп из свежей капусты с картофелем	35	100	100	13,36	13,36	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20	1,20		
702/2010м	булочки из отрубной говядины	5,01	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00		
701/2010м	хлеб ржаной	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00		
310/2017м	хлеб пшеничный	11	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75	26,1		
360/202	картофель отварной	8	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80		
	кашля из пшенила	88,01	810,0	930,0	24,21	25,59	21,34	22,76	102,49	110,05	698,10	747,15	28,40	34,68		
	Итого		700	900	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	765-822,5	816-952				

Широкая область по СидПит 30% ± 5%